

## Jahreshauptversammlung 2024

Skigymnastik Mittwoch 18:30 - 19:30 Uhr Realschulturnhalle

Am 04.10.2023 startete die Skigymnastik in die Saison 2023/24 voll Hoffnung auf den bevorstehenden Winter, auf viele Skitage und genügend Schnee auch in unserer Region.

Fit werden für Ski oder Snowboard war das erklärte Ziel. Mit Ausdauertraining, Einheiten für Beweglichkeit und Krafttraining strebten die Teilnehmer mit viel Engagement den kommenden Glücksmomenten in den Skigebieten entgegen. Zum Training gehörten auch die Ballspiele zum Ende der Trainingsstunde.

Die Anstrengungen im Training haben sich für alle Sportler gelohnt und die Ausflüge in die Berge blieben in guter Erinnerung, der gefürchtete Muskelkater blieb aus und alle Sportler kamen unverletzt aus ihren Skiurlaube zurück. Regelmäßiges Training zeigt hier sehr großen Erfolg. Auch die Geselligkeit kam nicht zu kurz, die Kabinenbesprechungen nach dem Training gehörten ebenso wie eine Weihnachtsfeier wie auch das Saison-Abschlussessen am 08.04.2024 zum Training der Skigymnastik dazu. Im Oktober geht es wieder los in die kommende Saison.

Elmar Brandl